

十二年國民基本教育綜合活動教材與教學模組研發

學校名稱：永平國小

授課年級：五年 5 班

任教領域：綜合活動

授課日期：109 年 05 月 07 日

單元名稱：人際圓舞曲

教 學 者：江英瑞

實施節數：共6節，每節 40 分鐘

備課成員：吳淑芳、唐永安、李岩勳、
李明珊、陳明秀、劉瓊宜

一、內容說明

(一) 設計理念：

德國古典哲人康德所說：「我尊敬任何一個獨立的靈魂，雖然有些我並不認可，但我可以盡可能的去理解。」本單元的設計鎖定「差異與多元」的學科思維，運用體驗、思辨、同理、理解、實踐等學科方法，從故事文本、活動體驗與生活經驗中理解差異的意見和想法，進而尊重與接納多元的存在，達成欣賞與接納的核心概念。

五年級的學生介於學齡兒童邁入青少年的轉變時期。依據 Erikson 心理社會發展階段論，在進入青少年期後基於身心發展與社會需求，必須把兒童期以來的認同形象加以重整，並進一步尋求自我、肯定自我。又根據 Piaget 認知發展理論，此年齡的學生已經從具體運思期要進入形式運思期。故本單元的設計試著採第三代認知行為治療學派－接納與承諾療法(Acceptance and commitment therapy, 簡稱 ACT)的觀點，幫助學生發展「自我為景(self-as-context)」，超然(transcendent)的自我感。讓學生體驗與自己的思考保持觀察距離，思考自己的思考、觀察自己的思考，以澄清個人價值觀，並採取行動。達成心理彈性的增加。

(二) 單元內容：

設計依據				
課程綱要能力指標		1-3-1 欣賞並接納他人。		
十二年國教課綱	總綱核心素養面向	A. 自主行動		
	總綱核心素養項目及說明	A1 身心素質與自我精進 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。		
	領域核心素養具體內涵	綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。		
		十二年國教課程綱要		九年一貫課程綱要
主題軸		1.自我與生涯發展		自我發展
主題項目		a.自我探索與成長		核心素養 自我探索
學習重點		學習表現 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1. 覺察自己與他人特質的異同，欣賞每個人的特色，進而接納彼此的差異。 2. 真誠且具體表達對他人的讚美。	能力指標	1-3-1 欣賞並接納他人。

	學習內容	Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Aa-III-2 對自己與他人悅納的表現。	參考細目	1-3-1-1 舉例說明周遭他人的特色或優點。 1-3-1-2 以真誠態度、實例來表達對他人的讚美。 1-3-1-3 接納他人合理的想法與意見。
學習目標	1.在活動中表達自己與他人的特質，並覺察自己與他人特質的異同。 2.透過換位思考及角色扮演活動，體會自己與他人的異同，學習接納自己與他人合理的想法與意見。 3.藉由文本分析，學習讚美的技巧，並在日常生活中對他人表達真誠的讚美或肯定。			
教材來源	自編			
教學設備/資源	點亮課程設計團隊(2017)。 亮亮同樂繪 。台北市：中華點亮生命教育協會。 洪中夫(2008)。玩出品格力：青少年體驗式學習的品格教育。新北市：校園書房。 大愛電視台 20140728《地球的孩子》節目 - 我和我的不完美 大愛電視台 20170110《當我們童在一起》節目 - 我會聰明面對嘲笑			

教材組織分析

學生分析

1. 本班男生 15 人、女生 12 人，共 27 人。男生普遍較活潑，有 2 名過動有醫囑服藥中的學生，1 名疑似過動未鑑定。女生大致較文靜，發表音量較小。
2. 教學者觀察，本班發表尚屬踴躍，互動反應尚佳，惟活動進行時男生、女生之間不會主動互動。聆聽、分享的習慣正培養中。
3. 因防疫期間，平時學生在教室座位為個別排排坐。一排為一組，全班共 5 組。公開課時移地授課，小組坐，拆成 6 組。

教材分析

1. 依九年一貫課程綜合活動領域第二學習階段能力指標 1-2-1 欣賞並展現自己的長處，省思並接納自己。學生在中年級應已學習欣賞自己的長處，能自我肯定，並能接納自己與他人的不同。故本單元的設計在以中年級學習為基礎，推己及人，學習欣賞與接納他人。
2. 先運用尋找共通點及雙胞胎活動，讓學生從活動中覺察自己與他人的異同；再以順時鐘、換位思考等活動或策略讓學生體驗多元角度思考他人合理的想法與意見；最後透過讚美洗車機和永平除嘲機等活動實際練習讚美他人與面對嘲笑的應對。
3. 學生在覺察人我特質的異同後，以繪本「小奇的藍絲帶」為情境，透過文本分析、討論、換位思考、思辨等方式，發現在差異化的環境中，樂於扮演好自己角色的方法。
4. 關於「接納」的核心概念，十二年國教課程綱要學習內容補充說明：「……自己與他人特質的接納如：性別、興趣、想法、選擇等，接納自己與他人的不同。」本單元此概念的設計依九年一貫課程綱要能力指標 1-3-1 的參考細目「1-3-1-3 接納他人合理的想法與意見」，以「小奇的藍絲帶」為情境，從「想法」出發，以換位思考的方式引導學生發現多元，理解差異。為未來學習遷移埋下種子。其他特質如性別、族群等，可待至第三主題軸「3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為」或「3-3-3 尊重與關懷不同的族群。」深入學習或順勢延伸。
5. 視學習時間與學生學習狀況，可考慮連結南一版社會領域第四單元「規範面面觀」，以「敦睦艦隊國軍弟兄染疫獵巫」或「弑鐵路警察一審無罪各界譁然」等社會事件，讓學生從生活中探討規範與法律，並練習從不同的立場思考合理的想法，接納不同的意見。

課程架構

欣賞並接納自己

人際圓舞曲

活動一：
我的特質樹(1 節)
(公開課為第一節)

活動二：
異中求同(1 節)

活動三：
小奇的藍絲帶(2 節)

活動四：
讚美洗車機(1 節)

延伸活動：
永平除嘲機(1 節)

知覺

知覺

注意

反應

反應

內化

多元性別

3-3-2 覺察不同性別者的互動
方式，展現合宜的行為。

多元族群

3-3-3 尊重與關懷不同的族群。

二、教學流程與評量

活動名稱	活動流程	評量方法與目標
【活動一】 我的特質樹	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生在學習單上圈出自己的特質，及寫出他人的特質。 2. 比較自己認識的我及別人眼中的我。 3. 順時鐘體驗活動。 4. 引導學生歸納不同的立場形成不同的觀點，別人眼中的我和我所知道的我，都是一部分的我。 	紙筆評量：能圈出自己的特質，並寫出至少三位同學的特質。(D)
【活動二】 異中求同	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體驗尋找共通點活動。 2. 分享感受。 3. 體驗尋找雙胞胎活動。 4. 比較「尋找共通點」與「尋找雙胞胎」的不同感受。 5. 引導學生發現，世界上有很多跟我相同特質和想法的人。但不要落入以偏概全的迷思，沒有人是一模一樣的，每個人都是獨一無二的個體。 	實作&口語評量：能尋找到班上具共同特質的同學，並了解沒有人和自己有完全相同的特質，每個人都是獨一無二的。(C)
【活動三】 小奇的藍絲帶	<ol style="list-style-type: none"> 1. 共讀繪本「小奇的藍絲帶」。 2. 引導學生內容深究。 3. 引導學生從小奇的經驗中，遷移到自身經驗。 4. 體驗换位思考活動，讓學生體驗站在不同的立場思考，聽見不同的聲音。 5. 引導學生從繪本案例中發現讚美技巧的要素，並討論面對嘲笑的應對方法。 	實作&紙筆評量：能從不同的立場思考、表達，並分析、接納他人合理的想法與意見。(B)
【活動四】 讚美洗車機	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師說明活動規則與情境催化。 2. 學生實際練習讚美的技巧。 3. 引導學生省思被讚美的感受，及讚美別人遇到的困難欲調整方法。 4. 再次練習、體驗。 5. 引導學生省思讚美的好處，和接受讚美的回應方式。 	實作&紙筆評量：能了解自己的能力和，在活動中盡力扮演好自己的角色，並用真誠的態度與行動肯定他人。(A)
【延伸活動】 永平除嘲機 (可於彈性學習課程實施)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師發情境題，請學生討論應對方式並記錄於學習單。 2. 各組以角色扮演的方​​式，表現面對嘲笑的聰明應對方法。 3. 各組練習於指定組演出後給予讚美。 4. 教師引導學生檢視、歸納各組有效應對的方法，並引導學生發現這些方法除了用在被嘲笑時，還能用在其他困境。 5. 教師總結並交代實踐任務－行動學習單。 	<p>實作評量：能了解自己的能力和，在活動中盡力扮演好自己的角色，並用真誠的態度與行動肯定他人。(A)</p> <p>高層次紙筆評量：能用真誠的態度與行動肯定他人，及分析、接納他人合理的想法與意見。(A)</p>

(一) 評量標準與評分指引

內容標準		表現標準				
主題	次主題	A	B	C	D	E
自我與生涯發展	自我探索與成長	能樂於扮演好自己的角色，並用真誠的態度與行動肯定他人。	能分析自己與他人特質的異同，並接納自己與他人。	能覺察自己與他人特質的異同。	能表達自己與他人的特質。	未達D級
本評量評分指引		能了解自己特質，並在活動中扮演好自己的角色，用真誠的態度與行動肯定他人。	能用多元的角度思考人我的異同，接納他人合理的想法與意見。	能從活動中發現自己與他人特質的異同，並分享感受。	能寫出自己與同學的特質。	未達D級

(二) 學習目標、學習紀錄與評量工具對照表

備註:學習紀錄為課堂參與歷程的資料

活動名稱	學習目標	學習紀錄	評量工具
【活動一】 我的特質樹	1. 透過活動表達自己與他人的特質。 2. 能覺察不同的立場形成不同的觀點，別人眼中的我和我所知道的我，都是一部分的我。		學習單一： 我的特質樹
【活動二】 異中求同	1. 透過活動能覺察自己與他人特質的異同。		
【活動三】 小奇的藍絲帶	1. 透過文本分析，發現在差異化的環境中，樂於扮演好自己角色的方法。 2. 透過換位思考活動，體驗以多元的角度，思考人我的異同，並能分析他人合理的想法與意見。 3. 能歸納讚美的要素。		學習單二： 聽見不同的聲音
【活動四】 讚美洗車機	1. 透過活動，練習讚美他人的技巧。 2. 學習對他人表達真誠的讚美或肯定。		學習單三： 讚美洗車滿意度調查表
【延伸活動】 永平除「嘲」機	1. 透過討論及角色扮演，表現聰明面對嘲笑的方法。 2. 學習對他人表達真誠的讚美或肯定。	學習記錄一： 除「嘲」機	學習單四： 行動學習單

學習活動設計				
活動名稱	活動流程	時間	教學資源	評量方法
【活動一】 我的特質樹	第 1 節 1. 導入：捉寶活動。學生兩兩自我介紹(特質形容詞+名字，例如：容易緊張的小永)，猜拳至平手時，先喊出對方特質+名字者獲勝。計時 2 分鐘，結束後請學生兩兩分享曾捕獲的同學(特質+名字)。 2. 請學生在我的特質樹學習單依直覺圈出自己的特質。(可在空白處寫上自己認為的特質。PS：提醒正向敘寫) 3. 請學生依老師的指令，將學習單傳給同學。請在學習單的特質蘋果樹上，圈出該位同學的特質，並寫下這位主人該特質的具體表現。寫好後，傳給下一位同學。 4. 學習單傳回原主人後，請學生檢視學習單並思考 (1) 同學覺得你的特質和你自己認為的有哪些一樣或不一樣呢? (2) 看到同學發現自己其他的特質時，有什麼感覺或想法呢? 5. 請學生紀錄於學習單後，兩兩分享。教師邀請學生發表聽到的內容。 6. 教師帶領學生體驗順時鐘活動。 (1) 請學生將手指頭舉高於眼睛指向天花板，手慢慢的以順時鐘方向畫圈。 (2) 手持續不斷的旋轉，並慢慢的下降，直到胸前。請學生看此時手指頭旋轉的方向。 7. 教師引導學生思考 (1) 你看到手指頭旋轉的方向有什麼不一樣? (2) 事實上，手指頭旋轉的動作有改變嗎?為什麼看到的方向會不同? (3) 如果手指頭代表你自己，動作代表的是特質，說說看為什麼會有不一樣的差別呢? 8. 教師引導學生歸納 (1) 別人眼中的我，也是一個部分的我。 (2) 站不同的觀點，自然會形成不一樣的看法。 要成為更好的人，決定權掌握在自己手裡。 (以上內容，預計為第一節公開課教學活動內容)	40'	我的特質樹學習單	紙筆評量： 能圈出自己的特質，並寫出至少三位同學的特質。(D)
【活動二】 異中求同	第 2 節 1. 請學生找到 1~2 位和自己有相同特質(依學習單)的同學。2~3 人一組，互相分享這項特質的具體表現。	40'		實作&口語 評量：能尋找到班上具

	<ol style="list-style-type: none"> 2. 分享完後便可舉手，並與另外 2 或 3 位舉手的組合組成一組。任務是找到一個 4 或 5 個人之間的一個相同特質或共通點。(例如喜歡的科目、運動，或欣賞的藝人、老師等) 3. 找到共通點後舉手，並加入另一個已經完成並舉起手的 4 或 5 人組，組成 9 人組(因全班為 27 人，故兩次併組過程，必須有一次與奇數人數組併)並站在一個扁帶圈內。他們的目標是找到 9 人之間共通的特質、一個興趣或一件事情，找到後蹲(坐)下。 4. 邀請學生分享發現的共通點，及找到跟自己有共通點的人或團體時的感受。 5. 教師帶領學生體驗尋找雙胞胎活動。邀請一位同學到台上背對大家，教師問特質相關問題(e.g., 會不會游泳、我覺得自己還不錯、喜歡自己一個人玩 etc.)，台下同學依自己實際情形比圈又回答，與台上(台下作答完再比)一樣的繼續站著，不一樣的坐下。 6. 教師引導學生思考 <ol style="list-style-type: none"> (1) 你和台上同學比對特質 DNA，挑戰了幾題? (2) 當發現台上同學的特質與自己不一樣的那一刻，有什麼感受? (3) 發現不一樣的那一刻，你想對台上同學說的一句話是什麼? 7. 學生兩兩分享後，教師邀請學生發表分享內容。 8. 教師引導學生比較「尋找共通點」與「尋找雙胞胎」的不同感受，並邀請學生分享類似的經驗。 9. 教師引導學生發現並歸納 <ol style="list-style-type: none"> (1) 為什麼找到共通點會開心、安心 etc.? 人是群居的動物，任何群居的物種只要跟別人不一樣，一定是首先被捕獵，基於死亡的恐懼或求生的慾望，因此我們很怕跟別人不一樣。所以人們會追蹤與自己觀念相近的資訊來源，容易看到自己喜好的、有興趣的議題，小團體間的凝聚往往也是因為思想上較有共鳴。因此容易讓人落入「快思」系統，產生「大家都是這樣」的錯覺。 (2) 為什麼發現跟自己不一樣會失落、惋惜 etc.? 因為要費力氣的啟動「慢想」系統，思考他怎麼跟我不一樣。有時懶得想，情緒就先行了! 人類是群居動物沒錯，但從尋找雙胞胎活動中我們發現每個人都是獨一無二的嗎? 你的獨一 		扁帶x3	共同特質的同學，並了解沒有人和自己有完全相同的特質，每個人都是獨一無二的。(C)
--	---	--	------	--

<p>【活動三】 小奇的藍絲帶</p>	<p>無二和我的獨一無二，構成這世界各種獨一無二的美好。</p> <p style="text-align: center;">第 3-4 節</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班共讀「小奇的藍絲帶」。 2. 教師提問引導學生思考 <ol style="list-style-type: none"> (1) 從 P.1 的圖你看到了什麼?主角小奇看起來如何?你覺得他發生什麼事? (2) 那天學校有什麼活動?小奇最厲害的是什麼? (3) 韓老師請同學們在這個日子要做到哪三件重要的事? (4) 韓老師宣布完第三件重要的事後，文中提到小奇至少可以做到其中兩項。你認為是哪兩項? (5) 故事中珍妮娜、巴斯特和小奇的特色或優點是什麼? (6) 比賽結束後，小奇獲得五枚藍絲帶，你覺得小奇心情如何?為什麼? (7) 整日活動結束後，你覺得小奇三件重要的事中做到了哪幾件?請舉出具體事證。 3. 教師引導學生歸納 <ul style="list-style-type: none"> ● 玩得開心：因為知道自己會做什麼、能做什麼。 ● 盡全力：不管自己是否擅長，都盡力做。 ● 幫別人加油：別人努力、盡力、做得好，都值得為他加油。 4. 教師接著引導學生思考 <ol style="list-style-type: none"> (8) 小奇如何做到在一個討厭的情(環)境(田徑運動日)，能玩得開心?請和小組夥伴討論並分享。(PS：引導連結上一題，歸納出：自我悅納) (9) 你有類似(必須從事自己不擅長的事、被揶揄或覺得遇到傳說中的豬隊友等)的經驗嗎?請和全班同學分享。(PS：請學生分享時勿指名道姓) (10) 自己或夥伴很想把事情做好，卻做不好，當下的情緒是什麼? (11) 當別人的興趣(e.g., 跑步 vs 畫畫)、想法(e.g., 差勁 vs 不在行)、選擇(e.g., 參加 vs 畫信封)或性別(e.g. 噴火龍 vs 公主)與自己不同時，如何面對? 5. 教師帶領學生體驗換位思考活動。 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 將學生分成三人一組，每組面對面坐成三角形。 ✓ 思辨主題：如果你是小奇，要不要參加休息後 	<p>80'</p>	<p>繪本：小奇的藍絲帶</p> <p>聽見不同的聲音學習單</p>	<p>實作&紙筆 評量：能從不同的立場思考、表</p>
-------------------------	--	------------	------------------------------------	-------------------------------------

	<p>的趣味競賽？</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 請學生先在「聽見不同的聲音」學習單上寫下要參加與不參加二個立場的理由。 ✓ 三個頂點的座位固定為要參加、不參加、觀察者。 ✓ 每回合兩分鐘。要參加立場講一分鐘後，換不參加立場講一分鐘。觀察者不發言，僅記錄聽到自己沒想到的地方。 ✓ 每回合結束後，三名學生依序順時鐘移動。更換不同立場發言。 ✓ 三回合結束後，請學生整理聽到的不同想法，並分析歸納。 ✓ 教師引導學生思考 <p>你聽到哪些原本沒想到的理由？</p> <p>站在不同立場發言的感覺如何？</p> <p>你的想法跟原本有不一樣嗎？為什麼？</p> <p>如何面對和自己不同的想法或特質(性別、族群 etc.)？</p> <p>6. 教師引導學生歸納</p> <p>如何在群體中過得自在又不至失了自我，需要不斷適應學習。首先要能處理自己的情緒，並自我了解、自我掌控。每個人都有不同的優缺點和自己的價值觀。別人沒有義務跟你一樣。一個有修養的人，會包容他人的不同，避免以己度人。當你能用包容的態度去接納差異，也許你會發現，正是這些不同才造就如此美好的世界。</p> <p>7. 教師繼續引導學生思考</p> <p>(12) 巴斯特對小奇說：「跑得不錯嘛！」小奇有什麼感覺？從何得知？(引導學生看巴斯特和小奇的表情)</p> <p>(13) 巴斯特對小奇說：「跑得不錯嘛。」、「你畫的圖一點都不差勁。」你認為哪句話在對小奇讚美？為什麼？(時間允許可用四角辯論法)</p> <p>(14) 你發現讚美別人時要注意哪些事，才能達到讚美的效果。</p> <p>(15) 如果你是巴斯特，你會怎麼做來表達對小奇的讚美？</p> <p>(16) 生活中當你像小奇一樣被嘲笑時，你可以如何應對呢？請和小組夥伴討論你們的妙招並分享。</p> <p>8. 教師輔以「我會讚美別人少批評」及「我會聰明面對嘲笑」ppt 引導學生歸納</p>		<p>達，並分析、接納他人合理的想法與意見。</p> <p>(B)</p> <p>「我會讚美別人少批評」、</p>
--	--	--	---

<p>【活動四】 讚美洗車機</p>	<p> ▶讚美的技巧：讚美的內容要具體，讚美的態度要真誠，講話時眼神要注視對方(非肢體語言)。 ▶面對嘲笑妙招：觀察自我、接納情緒、價值澄清、溫和表達、幽默化解 etc.。 </p> <p style="text-align: center;">第 5 節</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師將全班隨機分成 4 組。抽撲克牌同花色一組。 教師情境催化說明：歡迎大家駕車到讚美洗車中心。本中心可以洗去你的憂悶，讓你獲得被讚美的喜悅。 教師說明活動規則 <ol style="list-style-type: none"> 每組排成一列，請排頭第一人站到隊伍前面面對該組同學。大聲說：「各位好!我是○○○，我現在要進入讚美洗車機了，請每一個人給我一句讚美的話，謝謝!」 進入讚美洗車機後，被讚美者依序面對成員，以眼神看著對方，聆聽同學的讚美。 整列人是讚美洗車機的刷子，只能用話語講出「積極正向的讚美」來鼓勵操作者。若是出現負面的批評，或是虛偽的讚美，機器就會卡住，被讚美者會停下來，直到聽見合適的讚美為止。 第一人操作完，自動遞補到排尾，成為洗車機的刷子來回饋下一位操作者。 體驗後，教師引導學生思考 <ol style="list-style-type: none"> 你最喜歡哪一句讚美詞?為什麼? 有哪些讚美的語詞是過去不曾或較少聽過的? 請在組內輪流用兩個字來形容在洗車機裡被讚美的感受。並說明為什麼會這樣形容。 對你而言，想讚美別人卻不敢表達的困難是什麼? 再做一次，你會如何調整，讓被讚美的人感到舒適喜悅? 學生洗牌重組再操作一次讚美洗車機。 教師引導學生再次反思 <ol style="list-style-type: none"> 兩次的操作感受有什麼不同?為什麼? 從剛才活動體驗或生活經驗觀察，讚美能對人際關係帶來什麼好處? 當別人讚美你時，除了大方接受，禮貌地說聲謝謝外，還可以如何回應? 	<p>40'</p>	<p>「我會聰明面對嘲笑」ppt</p> <p>實作評量： 能了解自己的 能力，在 活動中盡力 扮演好自己的 角色，並 用真誠的態度 與行動肯定 他人。(A)</p> <p>讚美洗車滿意 度調查表</p>
------------------------	---	------------	--

<p>【延伸活動】</p> <p>永平除「嘲」機</p>	<p>(4) 活動結束後，你最希望給誰讚美?為什麼? (請學生分享完實際行動)</p> <p>7. 教師請學生自評本次任務的努力程度。(1~10分)</p> <p>8. 教師引導學生歸納 觀察別人的優點加以讚美，不僅讓對方快樂，更可以為雙方帶來良好的關係。</p> <p style="text-align: center;">第 6 節</p> <p>1. 教師發下情境題，請各小組討論當自己或同學被嘲笑時的應對方式，記錄於除「嘲」機學習單。並請各組依序上台角色扮演。(提醒：演出時，內心 V.O. 必須要說出)</p> <p>(1) 情境一：體育課時，全班在練習接力賽。小永總是掉棒，而且跑步動作很怪。下課後，他被一群同學圍住，笑他是老鼠屎，還問他一直掉棒跟跑步動作是不是在划船?你覺得小永可以怎麼做?如果你是一旁看到這情形的同學，你可以怎麼做?</p> <p>(2) 情境二：小萍功課不太好，考試總是倒數第一名。安安一群人總是趁老師不在時說小萍是傻瓜、智障。你認為小萍可以怎麼做?如果你是一旁看到這情形的同學，你可以怎麼做?</p> <p>2. 每一組演出完必須由指定組讚美，並鼓勵他組同學提出讚賞。</p> <p>3. 教師引導學生從演出的應對方式中，歸納出有效的方法。並且引導學生思考這些方法除了被嘲笑時可用外，在其他什麼時候也能派上用場?(e.g., 面對壓力、拒絕誘惑 etc.)</p> <p>4. 教師請學生自評本次任務的努力程度。(1~10分)</p> <p>5. 教師總結：我們都要保持好奇與善良，不要變成自己會討厭的人。把好奇用在善良的面向去探索與發揚智能而幫助別人，而不是把好奇用在邪惡的面向去挖掘別人的隱私或瘡疤而造成傷害他人。</p> <p>6. 請學生將本單元所學到的讚美的技巧、接納的心態等應用在生活上，並記錄於行動學習單，一週後與同學分享。</p>	<p>40'</p>	<p>除「嘲」機學習紀錄單</p>	<p>實作評量： 能了解自己的 能力，在 活動中盡力 扮演好自己的 角色，並 用真誠的態度 與行動肯定 他人。(A)</p> <p>高層次紙筆 評量：能用 真誠的態度 與行動肯定 他人，及分 析、接納他人 合理的想法 與意見。 (A)</p>
------------------------------	---	------------	-------------------	---

替代學習(尋找雙胞胎)

艾莉莎葛茵(2015)。有一座森林。台北市：格林文化。

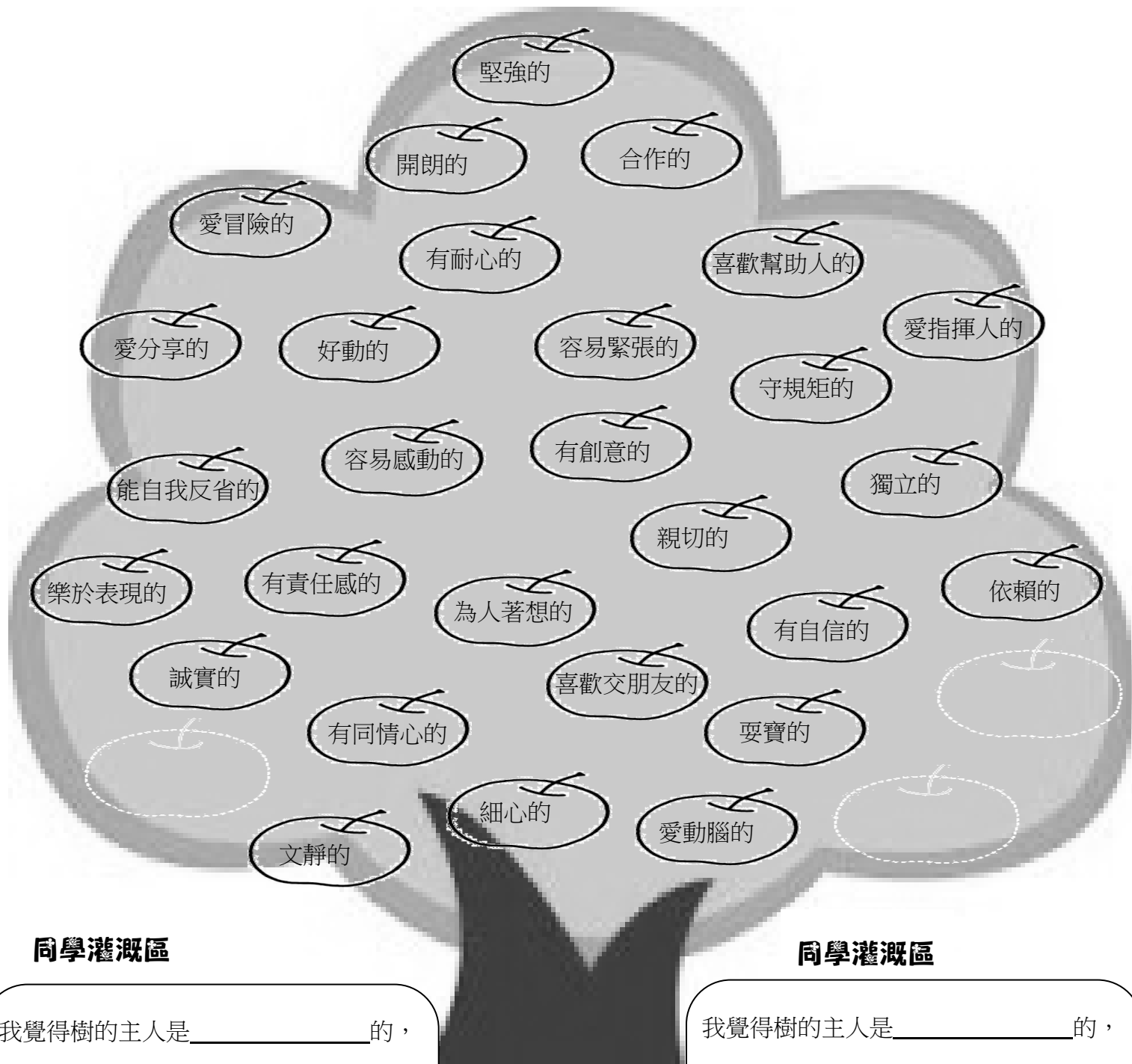
延伸學習(接納自己與他人)

大愛電視台 20140728《地球的孩子》節目－我和我的不完美

PS：看完以影片後，可以同理心地圖引導。

我的特質樹

座號：_____ 姓名：_____



同學灌溉區

我覺得樹的主人是_____的，

因為_____。

我覺得樹的主人是_____的，

因為_____。

同學灌溉區

我覺得樹的主人是_____的，

因為_____。

我覺得樹的主人是_____的，

因為_____。

養分吸收區

同學回饋的特質，和我自己圈的一樣的是_____，不一樣的是_____

看到同學給自己回饋的特質時的想法或感受_____

聽見不同的聲音

田徑運動日的這天下午是自由參加的趣味競賽(兩人三腳、湯匙盛蛋、跳跳球比賽等)。如果你是小奇，要不要參加趣味競賽呢？

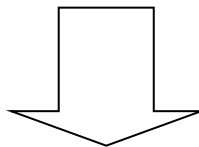
要參加
因為

不參加
因為

聆聽同學的不同看法，有哪些是我一開始沒想到的？

要參加的原因

不參加的原因



聽見不同的聲音後，你的想法有什麼不一樣呢？

所以，如果我是小奇，我會_____。因為，_____

反之，我覺得_____，所以我_____

讚美洗車滿意度調查表

從讚美洗車機活動中，根據以下敘述，請從1「有點同意」到5「非常同意」五個等級中，圈選一個最符合你感受的選項。

	有 點		同 意		非 常
	同 意		意		同 意
1. 讚美別人時，我有注視著對方。	1	2	3	4	5
2. 讚美別人時，我有根據不同人的特質，做不同的讚美。	1	2	3	4	5
3. 讚美別人時，我有根據對方的具體行為或努力表現來讚美。	1	2	3	4	5
4. 讚美別人時，我是發自內心，很認真的。	1	2	3	4	5
5. 我喜歡被讚美。	1	2	3	4	5
6. 今天在讚美洗車機裡被讚美，我覺得很滿意。	1	2	3	4	5
7. 在未來的生活中我願意多觀察別人的優點、讚美別人。	1	2	3	4	5
8. 今天你最喜歡的一句讚美是_____。					
9. 在洗車機被讚美的感受是_____。					
10. 對你而言，讚美別人最困難的是_____。					
11. 下次讚美別人時，我可以如何調整，讓被讚美的人感到舒適喜悅？ _____。					
12. 從活動體驗或生活經驗中，你發現讚美能對人際關係帶來什麼好處？ _____。					
13. 我覺得今天活動中表現最好的是誰_____, 因為_____。 _____。					

《請化為具體行動，讚美同學的好表現。》

行動學習單



讚賞的魔力

讚美能建立你與他人之間的親密關係，讓別人覺得你溫柔體貼，可以提昇你的自信，甚至會改變別人的行為。這一個星期請你細心觀察別人的優點，真誠的欣賞與讚美他人，並記錄下來。

對象	好的行為表現	讚美的話或行為



接納的智慧

生活當中時常會遇到他人的立場、想法或意見和自己不同的時候。請紀錄一則這個禮拜生活或社會事件中的矛盾或衝突，分析與自己不同意見或作法的合理之處，並說明自己如何應對。

事件描述	和我不同意見(作法)的合理之處	我對這事件的應對方式與態度

除嘲機

小隊名：_____

情境一：體育課時，全班在練習接力賽。小永總是掉棒，而且跑步動作很怪。下課後，他被一群同學圍住，笑他是老鼠屎，還問他一直掉棒跟跑步動作是不是在划船？你覺得小永可以怎麼做？如果你是一旁看到這情形的同學，你可以怎麼做？

如果我是小永，我會告訴自己_____

然後我會_____

因為，_____

如果我是小永的同學，我會告訴自己_____

然後我會_____

因為，_____

PS：演出時要把內心想法放送出來喔！

除嘲機

小隊名：_____

情境二：小萍功課不太好，考試總是倒數第一名。安安一群人總是趁老師不在時說小萍是傻瓜、智障。你認為小萍可以怎麼做？如果你是一旁看到這情形的同學，你可以怎麼做？

如果我是小萍，我會告訴自己_____

然後我會_____

因為，_____

如果我是小萍的同學，我會告訴自己_____

然後我會_____

因為，_____

PS：演出時要把內心想法放送出來喔！